



# Recrea

Educación para refundar 2040





¡Así como la vida educa  
la educación da vida!



**Recrea**  
Educación para refundar 2040



Educación





Secundaria

Educación Física

**Segundo Grado**

## Presentación

En la presente ficha didáctica encontrarás una propuesta para el desarrollo de la unidad didáctica para el mes de septiembre. Incluimos las intenciones pedagógicas de cada sesión que la conforman.

Se considera una actividad específica por sesión y las orientaciones didácticas y las sugerencias de evaluación para la integración de otras actividades que promuevan el logro de la intención pedagógica.



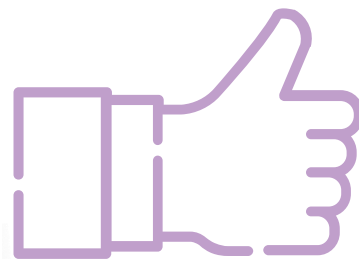
# UNIDAD DIDÁCTICA:

- Eje: Competencia motriz.
- Componente pedagógico didáctico: Desarrollo de la motricidad.
- Aprendizaje esperado: Ajusta sus desempeños motores al analizar los roles de cooperación-oposición que se desarrollan en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, para afianzar el control de sí.



## Recomendaciones Generales

Considera las siguientes orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación que te proponemos para el diseño o adecuación de otras actividades motrices de acuerdo a las características de tu contexto, materiales e intereses de tus alumnos, que favorezcan el logro de la intención pedagógica planteada para cada una de las sesiones.



En la presente unidad didáctica se intenciona la puesta en marcha de los desempeños motores desde los roles de cooperación-oposición, a través de formas jugadas, confrontación lúdica, deportes alternativos y los juegos paradójicos, con la finalidad de que reflexionen sobre los roles y acciones que desempeñan durante las mismas actividades.

**Titulo de la unidad**  
**“Cooperación-  
Oposición”**



**Intención didáctica de la Unidad:**

**Experimente situaciones de cooperación-oposición y que las ponga a prueba en desempeños motores, para afianzar el control de sí.**

**¡Para Iniciar!**



**En un breve texto, responde las siguientes preguntas:**

**¿Cuáles son los roles de cooperación-oposición que en tu vida cotidiana tanto personal como familiar llevan acabo?**

**¿Qué sentimientos y emociones tanto personales como familiares, se han presentado durante esos roles?**



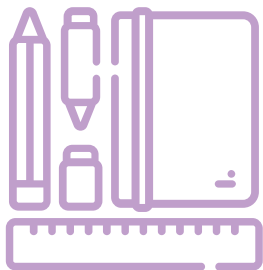
# ¿Qué queremos lograr?

# ¿Qué temas conoceremos?

## Sesión 1.

### Intención Pedagógica:

Experimente la exploración de posibilidades motrices a través de formas jugadas en lanzamientos y recepciones, que fomenten la colaboración en pareja o equipos



## Sesión 1: Atínale al cesto



## Sesión 1: Atínale al cesto

### Organización:

Con los integrantes de tu familia, elijan el espacio al interior de la casa para lanzar.

### Recursos didácticos y materiales a utilizar:

Pelota u objeto para lanzar.

Recipiente (cesto, bote cubeta).

Cuaderno de registro.

¡A Trabajar!

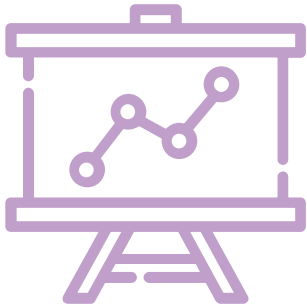


- Descripción de la actividad:

Coloquen un cesto a 5 metros de distancia, realiza 15 lanzamientos de la forma más creativa posible y con la intención de introducir la pelota.

Valoren entre los participantes la mejor forma de realizar los lanzamientos, con la finalidad de acertar los más posibles.

## Productos/ Retroalimentación



¿Qué nos gustó de lo que hicimos hoy?

¿Cómo se sintieron?

¿Qué características personales te ayudaron a realizar esta actividad?

¿Qué diferencias hubo en los lanzamientos después de colaborar?

Responde estas preguntas en un texto breve.

## Orientaciones didácticas:

Para integrar otras actividades que favorezcan el logro de la intención pedagógica de esta sesión, incluye actividades dirigidas a:

La exploración de actividades motrices que fomenten la colaboración en diferentes formas de lanzamientos y recepciones.

Juegos modificados que permitan momentos de reflexión respecto a los roles, funciones o acciones que desempeñan.

## Sugerencias de Evaluación:

Para dar seguimiento al desempeño y logro alcanzado por cada alumno, sugerimos tener presente las siguientes pautas:

Identifica la lógica y los roles que desempeña en las actividades.

Reconoce sus posibilidades y las características personales que lo ayudan a tener control de sí mismo en situaciones de cooperación-oposición.

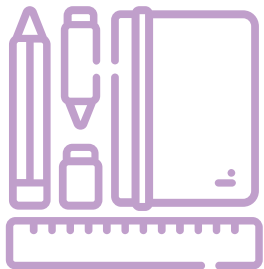


# ¿Qué queremos lograr?

## Sesión 2.

### Intención Pedagógica:

Experimente la exploración de posibilidades motrices a través de formas jugadas al mantener el control de un objeto y al recuperarlo, y que fomenten la confrontación lúdica en parejas o equipos.



# ¿Qué temas conoceremos?

## Sesión 2: Tenis en la mesa



## Sesión 2: Tenis en la mesa

### **Organización:**

Pueden ser dos o más participantes.

Realizan un pequeño calentamiento general de 3 minutos.

### **Recursos didácticos y materiales a utilizar:**

Mesa del comedor

Pelota de tenis o cualquier pelota pequeña que bote.

Pedazo de madera.

**¡A Trabajar!**



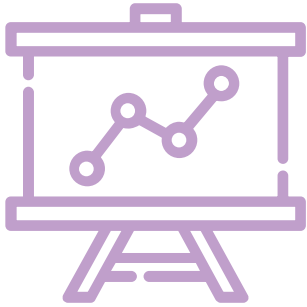
### Descripción de la actividad:

Se coloca una persona de cada lado de la mesa. Se trata que la pelota pase al otro lado de la mesa, golpeándola con la madera y de que la otra persona la regrese de la misma forma. Utilizar una mano distinta en cada set. El partido es a 3 sets de 15 pts.

Propongan distintas maneras creativas de regresar la pelota.



## Productos/ Retroalimentación



¿Qué nos gustó de lo que hicimos hoy?

Responde las siguientes preguntas en un pequeño texto:

¿Cómo te sentiste durante la actividad?

¿Qué características personales te ayudaron a tener mayor control de la tabla (raqueta)?

## Orientaciones didácticas:

Para integrar otras actividades que favorezcan el logro de la intención pedagógica de esta sesión, incluye actividades dirigidas a:

La exploración de actividades motrices a través de formas jugadas en las que permita la confrontación lúdica, al mantener el control de un objeto y al recuperarlo.

Torneos que den oportunidad de cooperación-oposición.

Juegos paradójicos en los que cambien constantemente su rol.

## Sugerencias de Evaluación:

Para dar seguimiento al desempeño y logro alcanzado por el alumno, sugerimos tener presente las siguientes pautas:

Identifica la lógica y los roles que desempeña en las actividades durante la confrontación lúdica.

Reconoce sus posibilidades y las características personales que lo ayudan a tener control de un objeto y al recuperarlo.



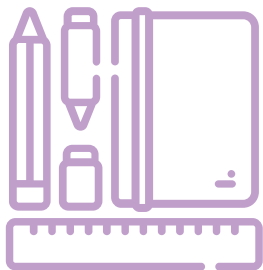
# ¿Qué queremos lograr?

# ¿Qué temas conoceremos?

## Sesión 3.

### Intención Pedagógica:

Ponga a prueba sus desempeños motores (precisión, control y agilidad de los movimientos) por medio de deportes alternativos en los que se fomente la cooperación.



## Sesión 3: Boliche-cochera



## Sesión 3: Boliche cochera.

### Organización:

Pueden ser dos o más participantes.

Elijan un espacio en casa para esta actividad.

Realicen un pequeño calentamiento general de 3 minutos.

### Recursos didácticos y materiales a utilizar:

- Pelota de vinil.
- Objetos a derribar (vasos, botellas de plástico, figuras de papel, etc.)

¡A Trabajar!



## Descripción de la actividad:

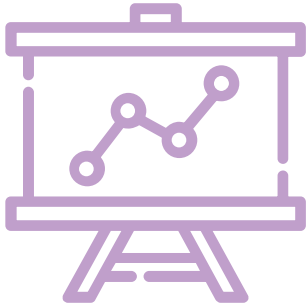
Se colocan a 4 m. de distancia de los objetos a derribar. Tendrán un valor del 1 al 10 pts.

Realizarán 5 lanzamientos de boliche cada quien a los objetos y sumaran los puntos. Ejemplo: si derriba 3 objetos, el de valor 4, 3 y 8, la suma será de 15 pts.

Jueguen varias rondas y sumen los puntos de todos los participantes.

Tomen acuerdos para encontrar la mejor forma de derribar más objetos y tener mejores resultados.

## Productos/ Retroalimentación



¿Qué nos gustó de lo que hicimos hoy?

Responde las siguientes preguntas en un pequeño texto:

- ¿Cómo te sentiste durante la actividad?
- ¿Qué características personales te ayudaron a tener mayor precisión y control?
- ¿Qué resultados propició la cooperación entre ustedes?

## Orientaciones didácticas:

Para integrar otras actividades que favorezcan el logro de la intención pedagógica de esta sesión, incluye actividades dirigidas a:

Poner a prueba sus desempeños motores en los cuales se priorice la cooperación, por medio de deportes alternativos.

Torneos que den oportunidad de aplicar los desempeños motores en situaciones de cooperación-oposición.

## Sugerencias de Evaluación:

Para dar seguimiento al desempeño y logro alcanzado por el alumno, sugerimos tener presente las siguientes pautas:

Identifica la lógica y los roles que desempeña en las actividades así como la importancia de la cooperación.

Reconoce sus posibilidades y las características personales que favorecen la cooperación durante las actividades.



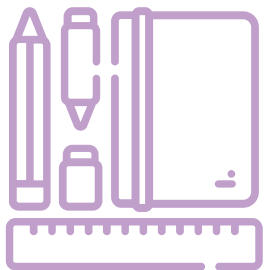
# ¿Qué queremos lograr?

# ¿Qué temas conoceremos?

## Sesión 4.

### Intención Pedagógica:

Ponga a prueba sus desempeños motores en juegos paradójicos donde cambie constantemente su rol y las funciones que desempeñan.



## Sesión 4: Penales de handball





## Sesión 4: Penales de Handball

### Organización:

Participan dos o más integrantes.

En el patio o cochera de su casa, elijan dos porterías de frente de 2 a 3 m. de ancho.

Realicen un breve calentamiento general de 3 min.

### Recursos didácticos y materiales a utilizar:

Pelota de vinil.

Gis para definir porterías y marcas en el piso.

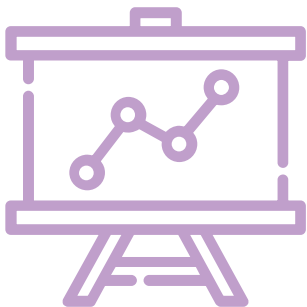
¡A Trabajar!



Descripción de la actividad:

Se trata de realizar lanzamientos de handball para anotar gol y defender tu portería al mismo tiempo, para lo cual tendrás que estar intercambiando los roles, como portero y atacante de acuerdo a la situación que se presente.

## Productos/ Retroalimentación



¿Qué nos gustó de lo que hicimos hoy?

Responde las siguientes preguntas en un pequeño texto:

¿Qué sentimientos te reconoces durante la actividad?

¿Qué tipos de roles jugaste?

¿Qué posibilidades y características te reconoces en cada rol de la actividad?

## Orientaciones didácticas:

Para integrar otras actividades que favorezcan el logro de la intención pedagógica de esta sesión, incluye actividades dirigidas a:

Poner a prueba sus desempeños motores en los cuales se priorice la cooperación, por medio de deportes alternativos.

Torneos que den oportunidad de aplicar los desempeños motores en situaciones de cooperación-oposición.

Juegos paradójicos en los que los estudiantes cambien constantemente su rol y las funciones que desempeñan.

## Sugerencias de Evaluación:

Para dar seguimiento al desempeño y logro alcanzado por el alumno, sugerimos tener presente las siguientes pautas:

Identifica la lógica y los roles que desempeña en las actividades así como la importancia de la cooperación.

Reconoce sus posibilidades y las características personales que favorecen la cooperación durante las actividades.

Testimonio escrito sobre el desempeño en juegos paradójicos.



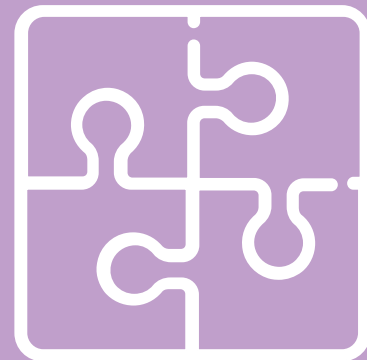
# ANEXOS

Bibliografía consultada:

- *Educación Física. Educación básica  
Plan y programas de estudio, orientaciones  
didácticas y sugerencias de evaluación*



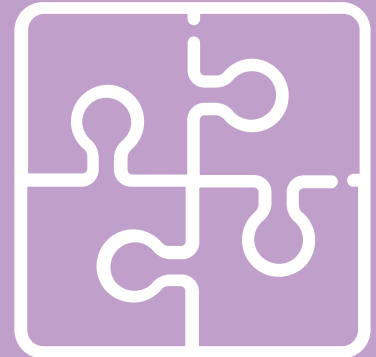
1. [https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/biblioteca/basica-educ-fisica/1LpMEducacion-Fisica\\_Digital.pdf](https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/biblioteca/basica-educ-fisica/1LpMEducacion-Fisica_Digital.pdf)



# ANEXOS

## Para saber más:

- Deportes alternativos en Educación Física  
<http://edufisrd.weebly.com/deportes-alternativos.html>
- Que son los juegos paradójicos y ejemplos:  
[https://www.milejemplos.com/juegos-paradojicos.html#%C2%BFQue son los juegos paradójicos](https://www.milejemplos.com/juegos-paradojicos.html#%C2%BFQue%20son%20los%20juegos%20parad%C3%B3jicos)





**Educación**

